

ささえねっと

令和6年9月発行 第164号
発行 安城市子育て支援センター
(あんぱ〜く内)



安城市子育て支援センターの遊び広場紹介

★ 対象者 : 安城市在住の方 ※ 対象月齢とは、遊び広場開催日のお子さんの月齢です。

★ 申込受付先 : 安城市子育て支援センター 0566-72-2317

★ 申込方法 : 予約開始日を確認のうえ、電話で申し込み。 **(予約制・先着順)** ※当日の受付は、出来ません。

★ 申込時間 : 午前9時～正午、午後1時～4時
※土曜日、日曜日、祝日、年末年始を除く

◎申込時間外でのお電話は再度かけ直しをお願いしています。

◎1回の電話につき1組のみの受付です。同じ通話で他の方の受付はできません。

◎定員になり次第締め切らせていただきます。



二本木、あけぼの、さくら、和泉
子育て支援センターの広場の日程等については、毎月中旬に発行されるセンターだよりでご確認ください。センターだよりは、安城市公式ウェブサイトにも掲載します。

★赤ちゃん広場★

月齢の近いお子さんと保護者の方が一緒に遊びながら話をしたり、情報交換したりする広場です。

赤ちゃんと一緒におでかけしたいな、どこか遊べるところはあるかなと思ったら、ぜひこちらにご参加ください。



対象	① 0か月～7か月の子	② 8か月～1歳未満の子	
	開催日		申込開始日
9月	終了しました。	25日(水)	8/27(火)
10月	31日(木)	23日(水)	10/7(月)
11月	21日(木)	27日(水)	11/7(木)
12月	4日(水)	25日(水)	11/18(月)
1月	16日(木)	22日(水)	12/27(金)
2月	4日(火)	26日(水)	1/21(火)
3月	11日(火)	5日(水)	2/20(木)

対 象 : ①0か月～7か月の子と保護者
②8か月～1歳未満の子と保護者 定員 : 30人
場 所 : 安城市子育て支援センター(あんぱ〜く) 多目的ホール
時 間 : 午前10時～11時30分

《子育て支援センター情報誌「ささえねっと」は、お近くの施設の窓口で入手できます。》

- 公民館 東部、昭林、西部、安祥、中央(へきしんギャラクシープラザ)
- 福祉センター 北部
- 子育て支援センター 安城市(あんぱ〜く)、二本木、あけぼの、さくら、和泉
- 児童センター 北部、作野、中央、桜井、二本木、中部、西部、安祥、明祥
- その他 保健センター、安城市役所保育課、アンフォーレ本館、あんステップ♪



ささえねっとは、安城市公式ウェブサイトでもご覧になれます。

総合メニュー>子育て教育>子育て支援>地域子育て支援拠点(子育て支援センター)



こちらの
二次元コード
からもご覧
になれます。

★助産師による個別相談★

相談時間は、おひとり15分です。母乳、卒乳、離乳食、お母さんの体の事の中から相談内容を1つ決めてからお越しください。

※予約時間を過ぎててもみえない場合は、キャンセルになることもありますので、予約時間の5分前にはお越しください。

対象：1歳未満の子と保護者（安城市在住の方）

5枠 予約制

場所：安城市子育て支援センター（あんぱ〜く） 多目的ホール

①午前10時～10時15分

持ち物：母子手帳

②午前10時20分～10時35分

申込方法：電話にて申し込みください。**（予約制・先着順）**

③午前10時40分～10時55分

問合わせ先：安城市子育て支援センター

④午前11時～11時15分

TEL 0566-72-2317 **※当日の受付は、出来ません。**

⑤午前11時20分～11時35分

午前9時～正午、午後1時～4時（土日祝、年末年始を除く）

相談日	申込受付日
9月25日（水）	9月11日（水）～9月24日（火）
10月23日（水）	10月8日（火）～10月22日（火）
11月27日（水）	11月13日（水）～11月26日（火）
12月25日（水）	12月10日（火）～12月24日（火）
1月22日（水）	1月8日（水）～1月21日（火）
2月26日（水）	2月12日（水）～2月25日（火）
3月5日（水）	2月17日（月）～3月4日（火）

★臨床心理士による個別相談★

☆お子さんの成長や発達に関すること ☆子育てに関すること ☆ご自身の悩みや心配事に関すること
何でも気になることがあればご相談ください。

対象：0歳～18歳未満の子と保護者（安城市在住の方）

定員：2枠 予約制

時間：①午前9時30分～10時30分 ②午前10時40分～11時40分

場所：安城市子育て支援センター（あんぱ〜く） ファミサポ用託児室

申込方法：電話にて申し込みください。**（予約制・先着順）**

問合わせ先：安城市子育て支援センター **※当日の受付は、出来ません。**

TEL 0566-72-2317

午前9時～正午、午後1時～4時（土日祝、年末年始を除く）

★低年齢のお子さんについては同室で遊ばせながらゆっくり相談できます。

相談日	申込受付日
10月7日（月）	9月20日（金）～10月4日（金）
11月18日（月）	11月1日（金）～11月15日（金）
12月5日（木）	11月19日（火）～12月4日（水）
1月21日（火）	1月8日（水）～1月20日（月）
2月17日（月）	2月3日（月）～2月14日（金）
3月4日（火）	2月17日（月）～3月3日（月）



育児や遊びに関する講習会・今後の予定



★親子遊び講習会★

開催日	内容	対象	申込開始日
10/17 (木)	「親子でベビーヨガを楽しもう」 ヨガインストラクター 須田 恵利華氏	2か月～1歳未満の子と保護者 30組	9/19 (木)
11/22 (金)	「わらべ歌で遊びましょう」 わらべ歌の会おっぴっぴのびう代表 東 りつ子氏	1歳～おおむね3歳未満の子と保護者 30組	10/25 (金)
12/19 (木)	「大型絵本とコンサートを楽しもう」 ママさんバンド フルーツキッズ	おおむね3歳未満の子と保護者 30組	11/20 (水)
1/15 (水)	「親子ピクス」 フィットネスインストラクター 加藤 裕美氏	1歳6か月～おおむね3歳未満の子 と保護者 30組	12/13 (金)
2/19 (水)	「音楽に合わせて親子で遊ぼう」 あおみくらぶ代表 青山 尚美氏	2か月～1歳未満の子と保護者 30組	1/23 (木)



★子育て何でも相談広場★



10/10 (木)	「乳幼児のお薬について～飲ませ方・塗り方～」 スギ薬局薬剤師	おおむね3歳未満の子と保護者 20組	9/9 (月)
11/6 (水)	「Let's トイレトレーニング」 保健センター保健師	おおむね3歳未満の子と保護者 20組	10/4 (金)



★育児講習会★



10/5 (土)	「子どもとのコミュニケーション ～イヤイヤ期の対応の仕方～」 親業訓練協会認定インストラクター 中野 雪乃氏	おおむね3歳未満の子の保護者 20人	9/6 (金)
2/1 (土)	「ママの心と体のリフレッシュ体操」 健康運動指導士 スタジオDo代表 高橋 千恵子氏	おおむね3歳未満の子の保護者 20人	1/6 (月)



★パパ講座★



11/30 (土)	「パパと一緒に体あそび」 健康運動指導士 スタジオDo代表 高橋 千恵子氏	1歳6か月～おおむね3歳未満の子 と父親 20組	10/29 (火)
-----------	--	-----------------------------	-----------



★FSママ講座★



2か月～5か月までの第1子の赤ちゃんとお母さんで4回とも参加できる方 3～8組

♪ プログラム初回の時点での月齢です。

♪ 新米のママと赤ちゃん（2か月～5か月までの第1子）のための、家族の始まりサポート講座です。

12/3・11・17・24	※4回連続の講座でテキストを使いながらファシリ テーターが進行役となり、わらべうたで遊んだり、	令和6年6月4日～ 令和6年10月3日生まれ	11/5 (火)
2/7・14・21・28	みんなで話し合ったりするプログラムです。	令和6年8月8日～ 令和6年12月7日生まれ	1/10 (金)



保健センターよりワンポイントアドバイス

ベビーフードを上手に活用しよう



離乳食がはじまると赤ちゃんの離乳食づくりを大変に感じることも多いですね。
時にはベビーフードを利用し負担を減らしましょう。
ベビーフードの特徴を知って、手作り離乳食と組み合わせて上手に活用しましょう。



メリット



- ・衛生的で長期保存が可能
- ・調理の手間を省いて、すぐ食べることができる
- ・離乳食づくりの参考になる
- ・手作りの離乳食と組み合わせると食品数や調理形態も増える

デメリット



- ・コストがかかる
- ・味が似通っている
- ・一つひとつの食材の味や固さが体験しにくい
- ・製品によっては、子どもの咀嚼機能に対してやわらかすぎることもある

ベビーフードを上手に利用するポイント

- ① 赤ちゃんに食べさせる前に大人が味見を
大人の方が一口食べて、味や固さ、温めた場合は温度も確認してから食べさせましょう。
- ② 不足しやすい栄養素の補充を
不足しやすい鉄などの栄養素が添加されたベビーフードを利用すると、普段摂りにくい栄養素を手軽に補えます。
- ③ 栄養バランスを整える手助けに
3回食になったら、主食・主菜・副菜がそろった食事内容にしましょう。主食を主とした製品を使う場合は、野菜やたんぱく質の食品を追加したり、果物を添えたりするなどの工夫をしましょう。

注意



開封後の取り扱いに注意を

びん詰やレトルト製品は、開封後すぐに与えましょう。衛生面の観点から、食べ残しや作りおきは与えないようにしましょう。

災害時の備え



災害時(緊急時に備えた準備



災害時用の備えとして、子ども用の準備はしていますか？

大人用の食事がまだ食べられない乳児は、保存のできるベビーフードなどを **ローリングストック** しておくことで安心です。

よくある質問



Q. ベビーフードには味がついているけど塩分は大丈夫？

A. 日本ベビーフード協議会の自主規格により、月齢に合わせて塩分量を制限しているため、安心して利用できます。

備蓄におすすめ

ローリングストック法 とは？

日頃から食べている食品等を多めに用意しておき、使ったら補充していく方法です。

